

УДК 37.037.1(075.8)

Кошман М.Г., Кветинский С.С.

## ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

*У статті розглядається проблема організаційно-методичних основ фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку. Дана характеристика основних документів планування навчального матеріалу з фізичного виховання дітей.*

**Ключові слова:** *фізичне виховання, діти старшого дошкільного віку, документи планування навчального матеріалу з фізичного виховання дітей дошкільного віку.*

**Постановка проблемы.** В социокультурном и образовательном пространстве физическое воспитание выступает одним из важнейших компонентов социализации подрастающего поколения в жизнедеятельности. Особенно огромное значение оказывает физическое воспитание на становление и развитие личности ребенка в системе начального образования (0-11 лет). Именно на этой первоначальной образовательной ступени оно является стратегически важной неотъемлемой частью всей системы учебно-воспитательной работы и целенаправленно на формирование жизненно необходимых для детей физкультурных знаний, двигательных умений и навыков, а также развитие физических способностей. Исходя из реалий сегодняшней социально-экономической ситуации, оно выступает также мощнейшим гуманитарно-педагогическим средством, способствующим окультуриванию и оздоровлению детского населения нашей страны [1-3].

**Цель и задачи исследования.** Целью данного исследования является выявление и раскрытие специфических особенностей организации и методики физического воспитания детей старшего дошкольного возраста.

Основными задачами данной работы являются: 1) выявить специфические особенности организации физического воспитания детей старшего дошкольного возраста. 2) Раскрыть методику разработки основных документов планирования учебного материала по физическому воспитанию детей.

**Методы исследования.** В исследовании использовались следующие методы: анализ научно-методической литературы, анализ документов, ретроспективный анализ планирования дошкольного физического воспитания в физкультурно-педагогическом наследии, обобщение передового педагогического опыта, моделирование.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Для достижения наилучших результатов в работе с детьми в области физического воспитания необходимо тесное сотрудничество всех педагогов и специалистов дошкольного учреждения (старшая медицинская сестра, дефектолог, психолог, воспитатель и др.). В деле развития физической культуры детей важное значение имеет взаимодействие руководителя физического воспитания и воспитателя. Их взаимодействие должно базироваться на основе программно-нормативных документов по физическому воспитанию детей при достижении цели физического воспитания. В этом отношении деятельность воспитателя должна направляться и корректироваться руководителем физического воспитания и в этом смысле воспитатель является полноправным субъектом педагогического процесса в решении задач физического воспитания. Воспитатели принимают участие в подготовке и проведении праздников и развлечений, разработке комплексов упражнений после дневного сна в системе закаливания. Закрепляют умения и навыки в основных видах движений, полученных на физкультурном занятии, в двигательной активности на прогулке. Основное требование к воспитателю – это добиться высокой эффективности занятий по физической культуре на прогулке для каждого из детей. Важно, как можно шире использовать естественные природные условия для упражнения детей в разнообразных видах и способах движений. Все это и есть совместная работа руководителя физического воспитания и воспитателя [4-6].

Рассмотрим основные документы планирования учебного материала по физическому воспитанию детей, которые вступают регулятивами проектирования и осуществления эффективного общего физкультурного образования дошкольников. К ним относятся: годовой план – график, квартальный план – график, календарное планирование, план – конспект физкультурного занятия [1-5].

**Годовой план-график** – это краткое описание и распределения учебного материала, предусмотренное программой на учебный год. Он является документом планирования, в котором определяется распределение и последовательность прохождения учебного материала в каждой возрастной группе детского сада на учебный год. При этом необходимо учитывать сезонно-климатические условия Республики Беларусь, наличие материально-технической базы детского сада, уровень физической культуры личности дошкольника, профессиональная компетентность педагога, традиции и опыт работы в этом направлении.

**Квартальный план-график** – это более подробное описание разновидностей основных видов движений, форм работы по физическому воспитанию, используемых в дошкольном учреждении.

Сущность плана-графика распределения учебного материала на квартал состоит в том, что он представляет собой последовательное изложение содержания каждого физкультурного занятия в квартале. Квартальный план – график составляется на основании годового плана – графика.

**Календарное планирование** – это краткое описание содержания физкультурных занятий, составленное на основании программы и квартального плана-графика. Планируя работу по физкультуре на квартал, с учетом специфики дошкольного учреждения и сезонно-климатических условий, необходимо описать следующие разделы: в графе "*содержание*" кратко описываются задачи по основным видам движений, включая подвижные и элементы спортивных игр, построения и перестроения; в графе "*оборудование*" описываются материалы и оборудование с указанием количества необходимого для выполнения задач на данном занятии; в графе "*корректирующие упражнения*" описываются специальные физические упражнения, входящие в содержание физкультурного занятия. Сюда относятся упражнения для профилактики плоскостопия и нарушений осанки, а также дыхательные упражнения.

Графа "*психогимнастика*" – это специальные упражнения, направленные на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка. Поскольку сегодняшние дети подвержены быстрому утомлению, у них ослаблено внимание, они имеют психофизические особенности, возникает необходимость использовать в физкультурно-оздоровительной работе элементы психогимнастики. Психогимнастика необходима для детей, у которых чрезмерная утомляемость, истощаемость, непоседливость и т.д. Для детей, у которых не наблюдается психофизических отклонений, элементы психогимнастики будут носить психопрофилактический характер. Это особенно важно в наше время, когда нагрузки на детей растут, и возможности для отдыха и для эмоциональной или двигательной разрядки становятся меньше. Выполнение элементов психогимнастики занимает незначительный промежуток времени (всего 30-60 сек.) и не требует никаких дополнительных средств и физкультурно-спортивного оборудования и инвентаря. Использование психогимнастики в физкультурно-оздоровительной работе имеет свою цель – это развитие внимания, памяти, автоматизированной и выразительной моторики, а также достижение расслабления [4; 5].

Для детей, имеющих особенности в психофизическом развитии, необходимо включать во все виды деятельности в учреждении дошкольного образования *коррекционную работу*. Физическая культура не исключение. Коррекционная работа в физическом воспитании строится на основе диагностических данных здоровья детей, физического развития, двигательной активности и физической подготовленности. Важно получить хорошие конечные результаты, т.е. увидеть положительную динамику в конце года всех показателей у каждого из детей.

Важным направлением в коррекционной работе по физическому воспитанию является развитие двигательной активности у детей. Гиподинамия или недостаток двигательной активности следует рассматривать как фактор риска отрицательно сказывающийся на здоровье, физическом и общем развитии ребенка.

В графе "*пальчиковая гимнастика*" описывается упражнение для пальцев рук по определенной теме. Движение пальцев и кистей рук ребенка имеют особое развивающее воздействие. Влияние мануальных (ручных) действий на развитие мозга человека было известно еще во II веке до нашей эры в Китае. Специалисты утверждали, что игры с участием рук и пальцев приводят в гармоничные отношения тело и разум, поддерживают мозговые системы в превосходном состоянии.

В графе "*учет*" необходимо вносить имена детей, которые не справились с задачами, поставленными на данном занятии, с указанием с каким именно заданием не справился ребенок. На основании данных учета, руководитель физического воспитания проводит индивидуальную работу, может дать задание воспитателю для выполнения какого-либо движения в двигательной активности на прогулке, или, опираясь на учет, составить домашнее задание. Начиная использовать все перечисленные элементы работы на занятии по физической культуре, может возникнуть вопрос о двигательной нагрузке и моторной плотности занятия, поскольку, помимо овладения основными видами движений, применяются корректирующие упражнения, элементы психогимнастики, пальчиковая гимнастика. Необходимо заметить, что корректирующие упражнения могут быть включены в общеразвивающие упражнения (ОРУ), пальчиковая гимнастика после ОРУ, элементы психогимнастики во время перехода (при обучении) от одного вида основного движения к другому. Данное календарное планирование является основанием для проектирования конкретных план-конспектов физкультурных занятий. В системе физкультурно-оздоровительных мероприятий важное место занимает утренняя гимнастика и закаливание.

Для правильного распределения нагрузки на физкультурном занятии, необходимо провести диагностику физического развития детей, данные которой заносятся в *карты здоровья*. Анализ физического развития – это многогранная характеристика соответствующего возрасту состояния систем и функций организма, определяющего во многом состояние здоровья. При диагностике физического развития дифференцируются группы детей с гармоническим физическим развитием и с отклонением в нем.

Наиболее часто встречающиеся отклонения в физическом развитии у дошкольников – это заниженный или завышенный вес, низкий рост, заниженный объем грудной клетки, общий низкий уровень физического развития (роста, веса, объема грудной клетки). Получив эти данные, руководитель физического воспитания сможет включить в общие физкультурные мероприятия специфически направленные физические упражнения.

Карта здоровья должна содержать в себе следующие данные о здоровье ребенка: фамилия, имя ребенка; дата рождения; антропометрические данные: речевой диагноз; медицинский диагноз; оценку физического развития; группу здоровья, рекомендации, подвижность ребенка, группу закаливания, уровень физической подготовленности. Помимо диагностики физического развития детей, необходимо определить уровень их *физической подготовленности*. Показатели уровня физической подготовленности детей – это степень овладения жизненно важными движениями и развитие физических качеств.

**Выводы.** Физическое воспитание в учреждении дошкольного образования является важнейшим (если не основным) компонентом педагогического процесса. Разработка и совершенствование педагогических основ организации и методики проведения физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в условиях деятельности дошкольного образовательного учреждения выступает фактором повышения эффективности общего физкультурного образования детей. Примерный перечень выделенных документов планирования является основой для построения руководителем физического воспитания эффективной работы с детьми дошкольного возраста и их родителями.

Тесное взаимодействие субъектов дошкольного образовательного процесса в осуществлении физкультурной деятельности – это залог ее эффективности, продуктивности и результативности в образовательно-оздоровительной работе с детьми. При этом учет и реализация вышеназванных специфических организационно-педагогических условий позволит более качественно осуществлять процесс физического воспитания детей.

### Использованные источники

1. Кошман, М.Г. Планирование физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении (по программе "Пралеска"). Группа "Фантазеры". III-IV кварталы: пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошкольного образования / М.Г. Кошман, Н.В. Гуцко. – Мозырь: Белый ветер, 2010. – 123 с.
2. Кошман, М.Г. Дети и здоровье : физкультурно-оздоровительная работа в детском саду / М.Г. Кошман, Н.В. Гуцко. – Мозырь, 2007. – 264 с.
3. Кошман, М.Г. Физкультурное образование обучающихся / М.Г. Кошман, В.Н. Дворак. – Гомель: ГУО "ГОИРО", 2015 – 53 с.
4. Мартынюк, В.С. Здоровые дети – наше будущее / В.С. Мартынюк, Н.С. Мартынюк. – Брест, 2014. – 123 с.
5. Мащенко, М.В. Какая физкультура нужна дошкольнику? / М.В. Мащенко, В.А. Шишкина. – Минск: НМ Центр, 2008. – 234 с.
6. Педагогика физической культуры : учебник для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. профессора С.Д. Неверковича. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Издательский дом "Академия", 2013. – 568 с.

Koshman M., Kvetinsky S.

### ORGANIZATIONAL AND METHODOLOGICAL BASES OF PRESCHOOLERS' PHYSICAL EDUCATION

*The article deals with the problem to organize and to design methodical bases preschoolers' physical education. Physical education in pre-school is the most important (if not the major) component of the pedagogical process. Development and improvement of pedagogical bases of the organization and methods of physical culture and sports work in the conditions of preschool educational institutions activity is a factor increasing the overall effectiveness of children's physical education. It was found that for the best results in working with children in physical education requires close cooperation of all the teachers and professionals of preschool (senior nurse, therapist, psychologist, educator, etc.). It is emphasized that the establishment and development of children's physical education carried out more effectively by reacting the head of physical education and teacher. Their joint work should be based on the basis software and normative documents for children's physical education and focused on achieving the goal of physical education. The detailed characteristic of the main documents of educational material planning for children's physical education in the activities of preschool educational institution (annual plan-schedule, Quarterly Plan-schedule, scheduling, plan-outline of sports lessons) has been given. It was shown that these documents of planning are the regulative of design and implementation of effective general preschoolers' physical education.*

**Key words:** physical education, preschoolers, documents of planning educational material for physical education.

Стаття надійшла до редакції 09.09.2016